مصطفى السواح

كوتش علاقات

واتساب / +201106037576 Email: mustafa.karam.life.coach.1@gmail.com

أنا لايف كوتش متخصص في مساعدة الأفراد على إعادة بناء طريقة تفكيرهم من الجذور، خصوصًا في ما يتعلق بالعلاقات مع الذات والآخرين.
أؤمن أن أي تغيير حقيقي ومستدام يبدأ من الداخل، من قناعة صحيحة تُعيد تشكيل نظرتك لنفسك، لعلاقاتك، ولحياتك ككل.

الكثير من التحديات النفسية والعاطفية التي نواجهها في علاقاتنا ليست بسبب الظروف أو الأشخاص، بل نتيجة قناعات راسخة وغير واعية تُقيدنا، وتمنعنا من رؤية قيمتنا الحقيقية وقدرتنا على الاختيار والتغيير.

دوري ليس تقديم نصائح جاهزة أو حلول مؤقتة، بل مرافقتك في رحلة وعي حقيقية نعمل فيها معًا على:
تفكيك القناعات المقيّدة التي تؤثر على مشاعرك، قراراتك، وسلوكك داخل العلاقات،
ثم إعادة بناء قناعات صحية وقوية تمنحك وضوحًا، توازنًا، وثقة في نفسك وفي اختياراتك.

خلال عملي مع عشرات العملاء، شهدت تحولات حقيقية في قناعات كانت تقول:
"أنا لا أستحق"،
"أنا دائمًا أفشل في علاقاتي"،
"الحب مؤلم"،
لتتحول إلى وعي جديد غيّر واقعهم فعليًا، وانعكس على ثقتهم بأنفسهم، جودة علاقاتهم،

وقدرتهم على اتخاذ قرارات ثابتة وواضحة.

وهذا يظهر بوضوح في تجارب العملاء وتقييماتهم التي تؤكد الفرق الحقيقي الذي عاشوه.

ما أقدمه لك يشمل:

- فهمًا عميقًا لطريقة تفكيرك الحالية وأنماطك العاطفية
- اكتشاف القناعات المقيّدة التي تعطل علاقاتك وتقدمك
- تحويل هذه القناعات إلى أفكار صحية ومتوازنة وواقعية
- مساعدتك على رؤية قيمتك وإمكانياتك بوضوح
- بناء عادات نفسية وسلوكية تدعم علاقات صحية ومستقرة
- متابعة مستمرة لضمان تطبيق التغيير على أرض الواقع وليس نظريًا فقط

هدفي أن تعيش علاقاتك وأنت مدفوع بقناعات صحيحة تُقوّيك وتحرّرك، لا بأفكار خاطئة تُقيّدك وتستنزفك.

إذا كنت مستعدًا لرحلة تغيير حقيقية من الداخل للخارج...
أنا هنا لأكون معك خطوة بخطوة.

مهارف

CERTIFICATE

OF ACHIEVEMENT

Proudly Presented to

Mustafa Karam Mustafa

Certified from M3aarf Platform For Studying a course about

Life Coaching

Certified No

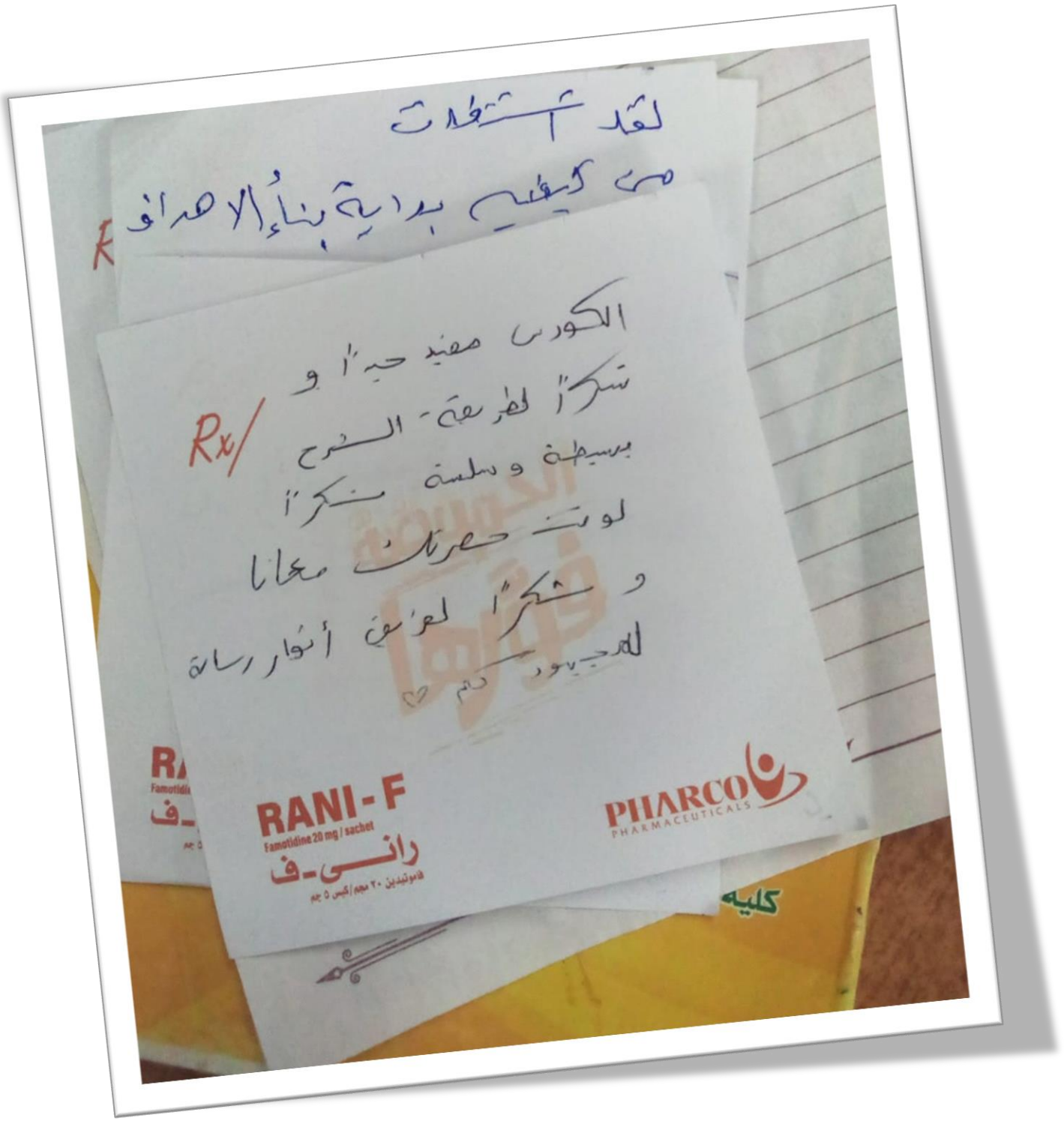
16447181797

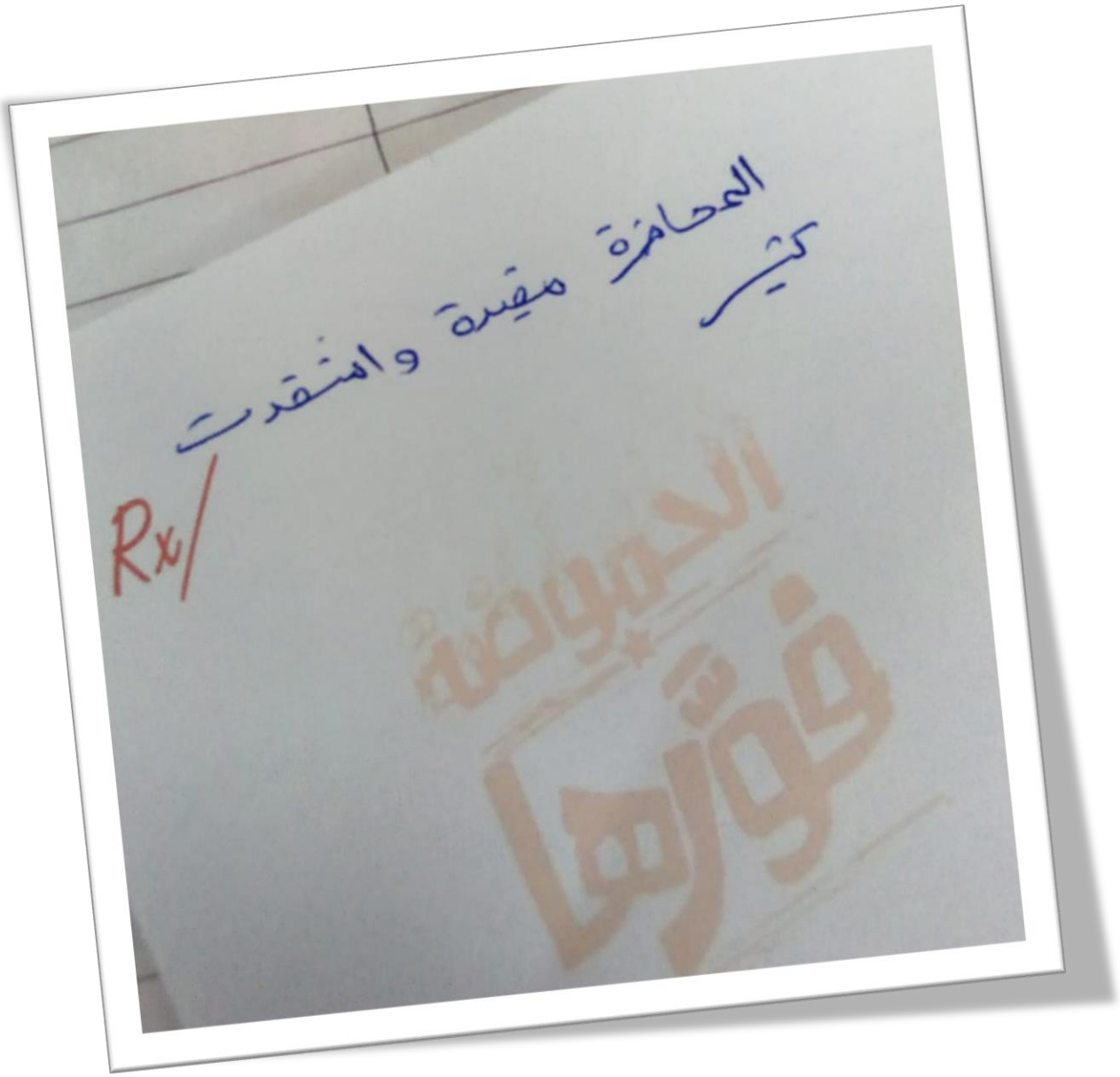
2024-03-28

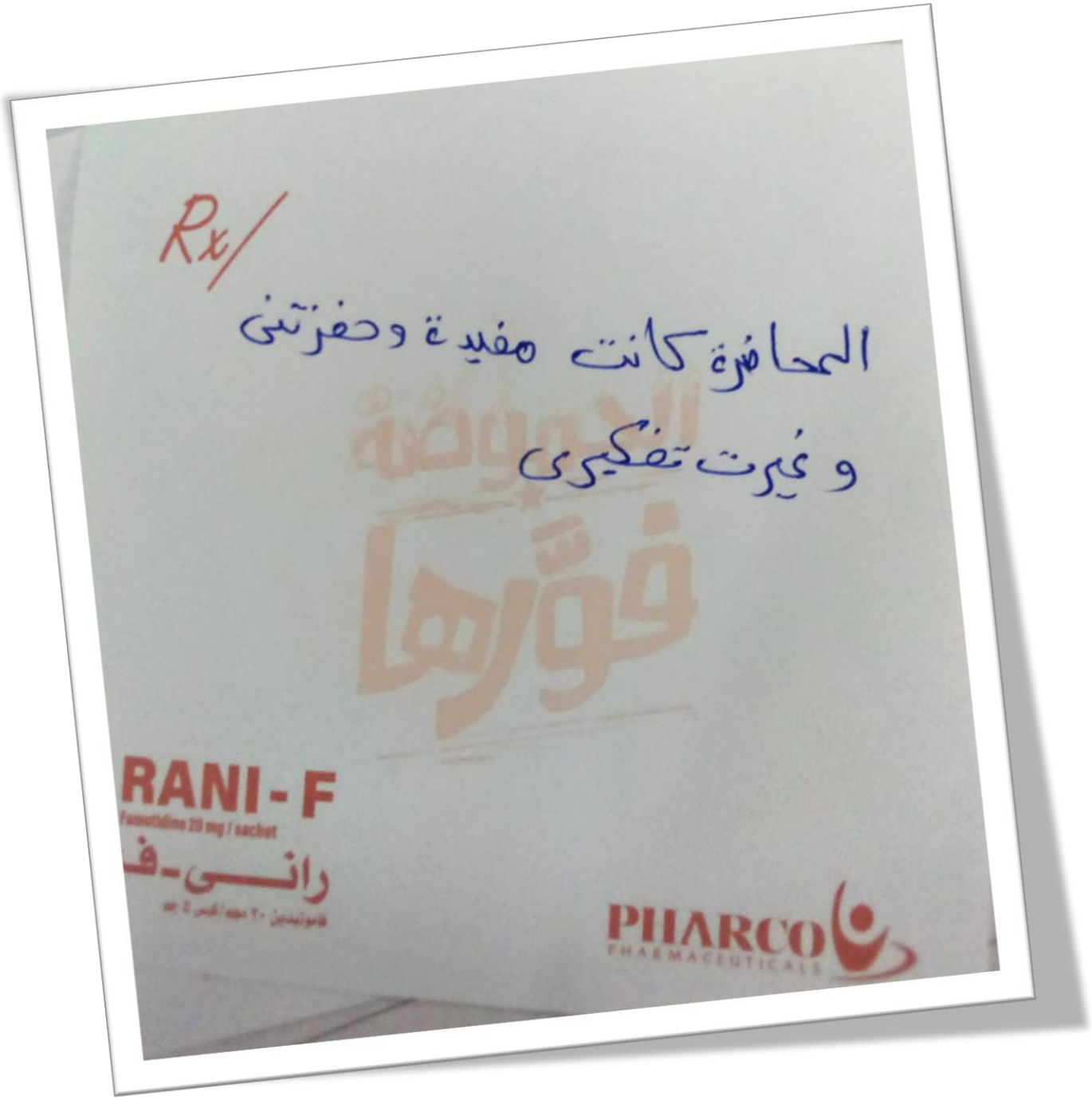
M3aarf edu

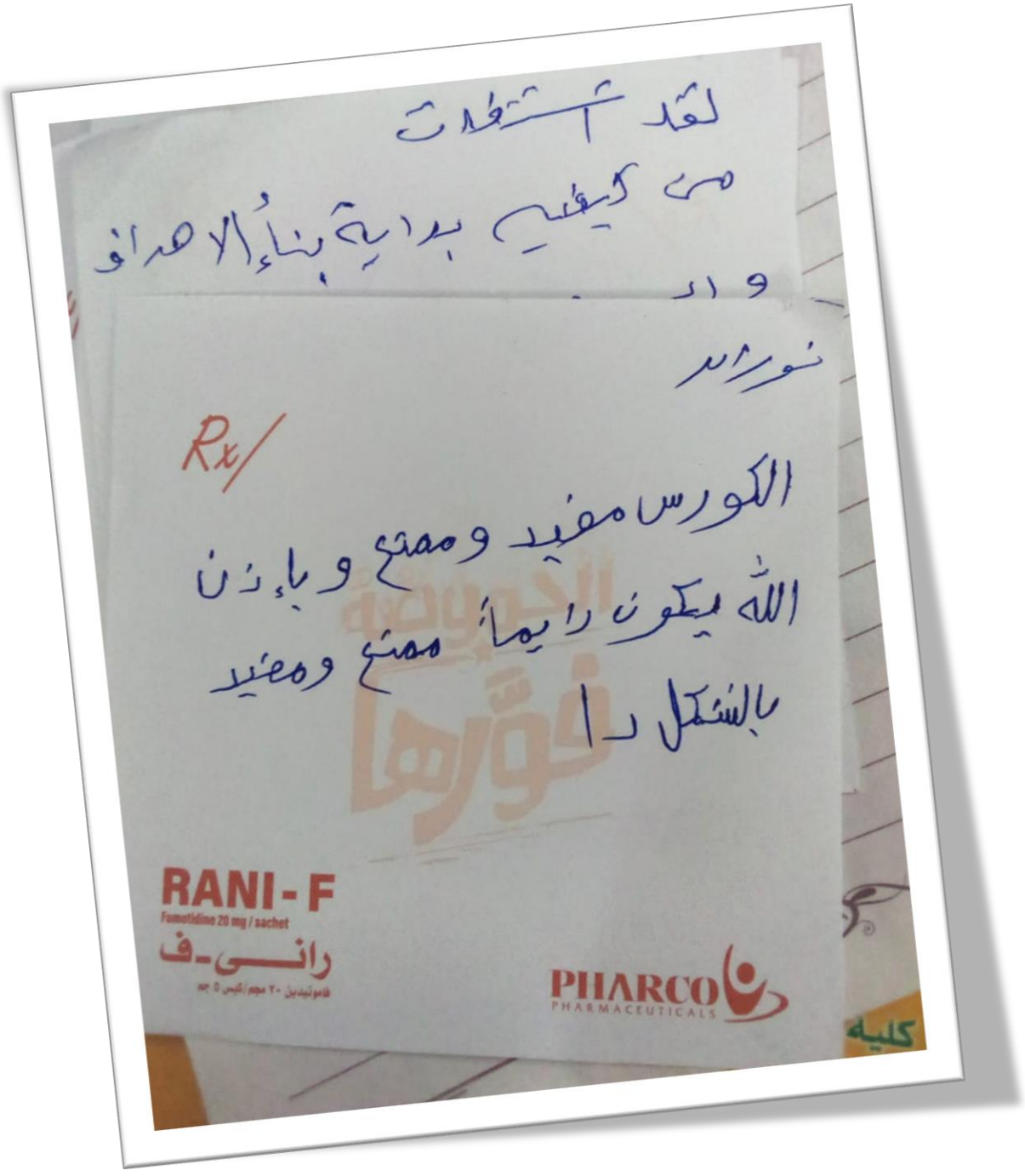
To Verify , Scan With Mobile

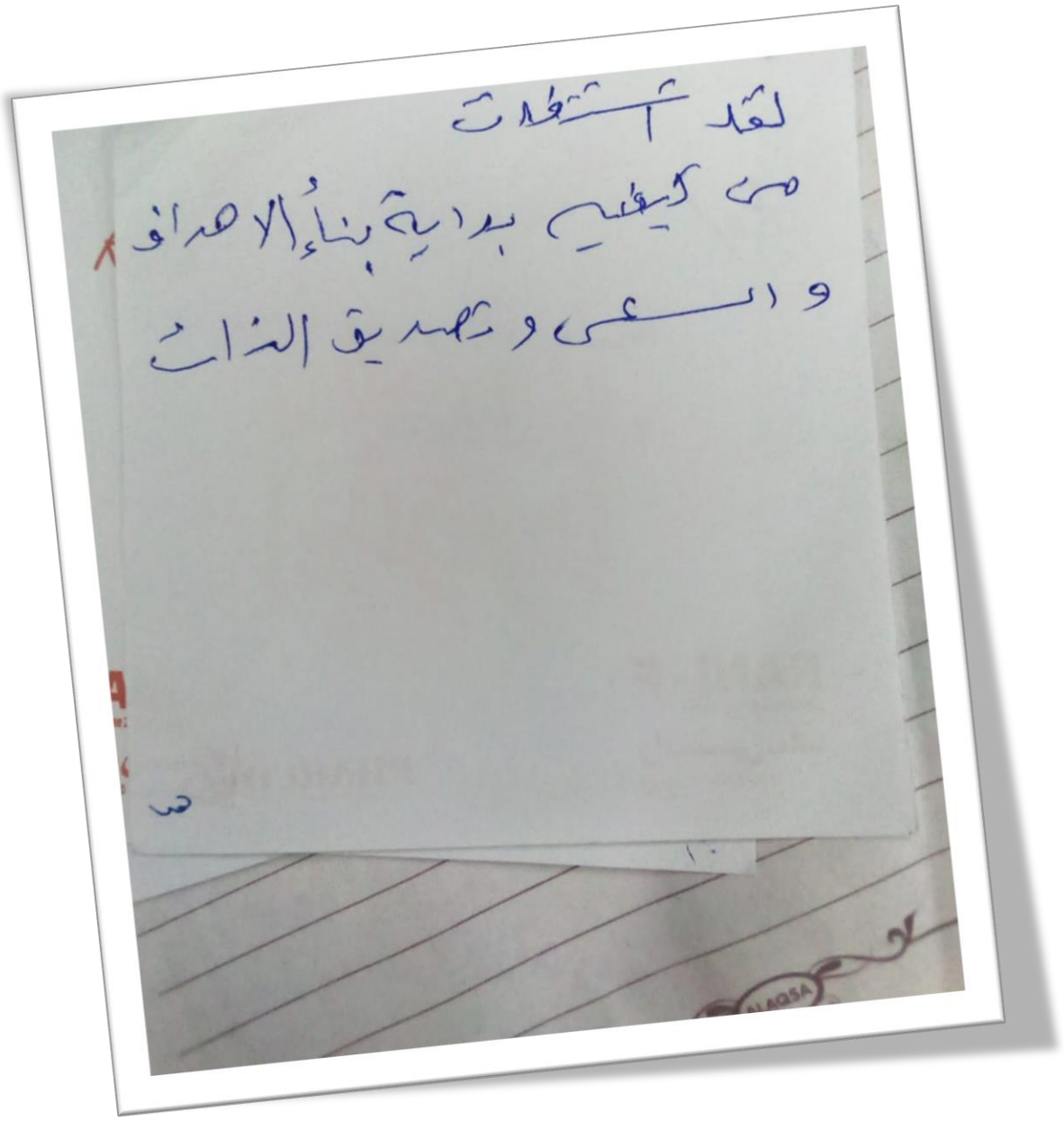
www.m3aarf.com

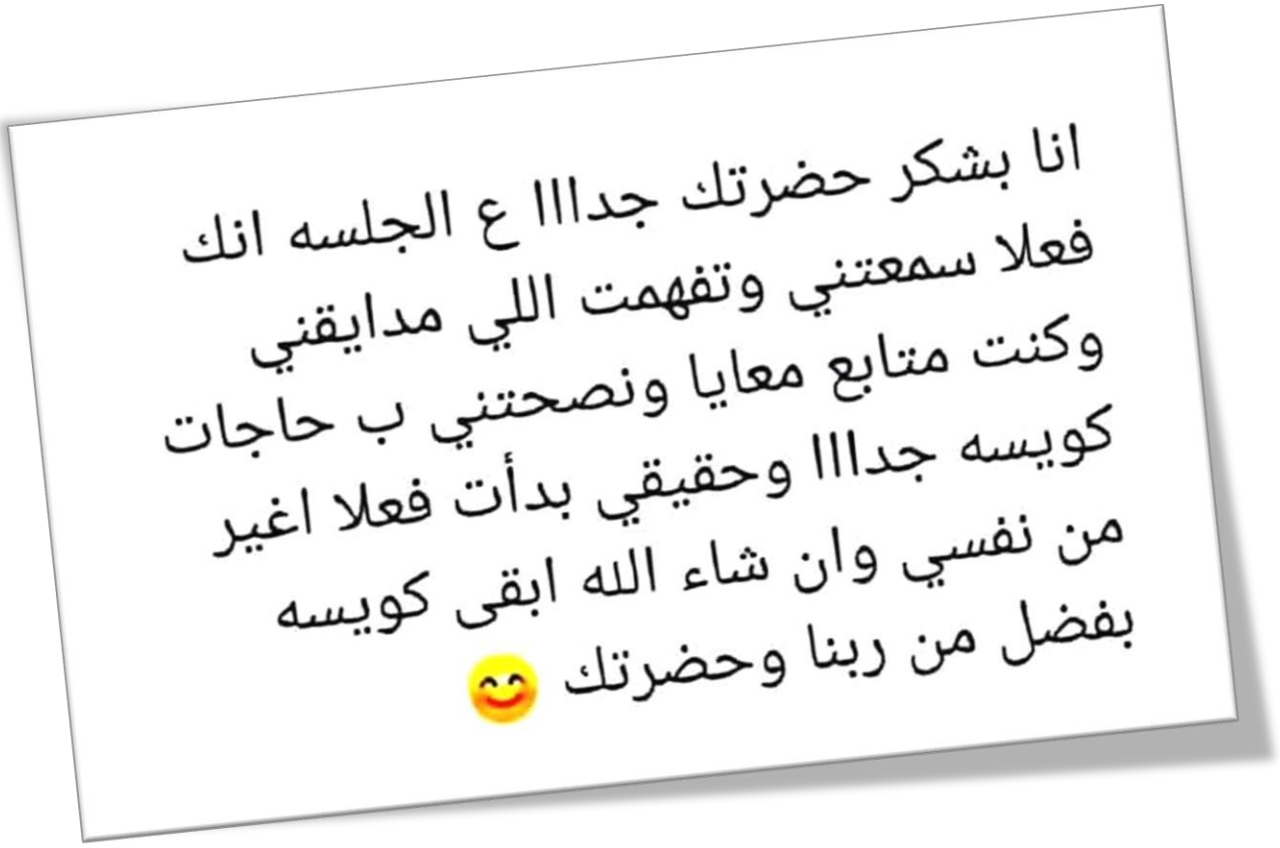

لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاصدار
Rx/
الكورس مفيد جدا و
شكرا لطريقة الشرح
بسيطة و سلسة شكرا
لوقت حضرتك معانا
و شكرا لعزف أنغام رسالة
RANI - F
Famotidine 20 mg / sachet
رانى - ف
فاموتيدين ٢٠ مجم/كيس ٥ جم
PHARCO
PHARMACEUTICALS

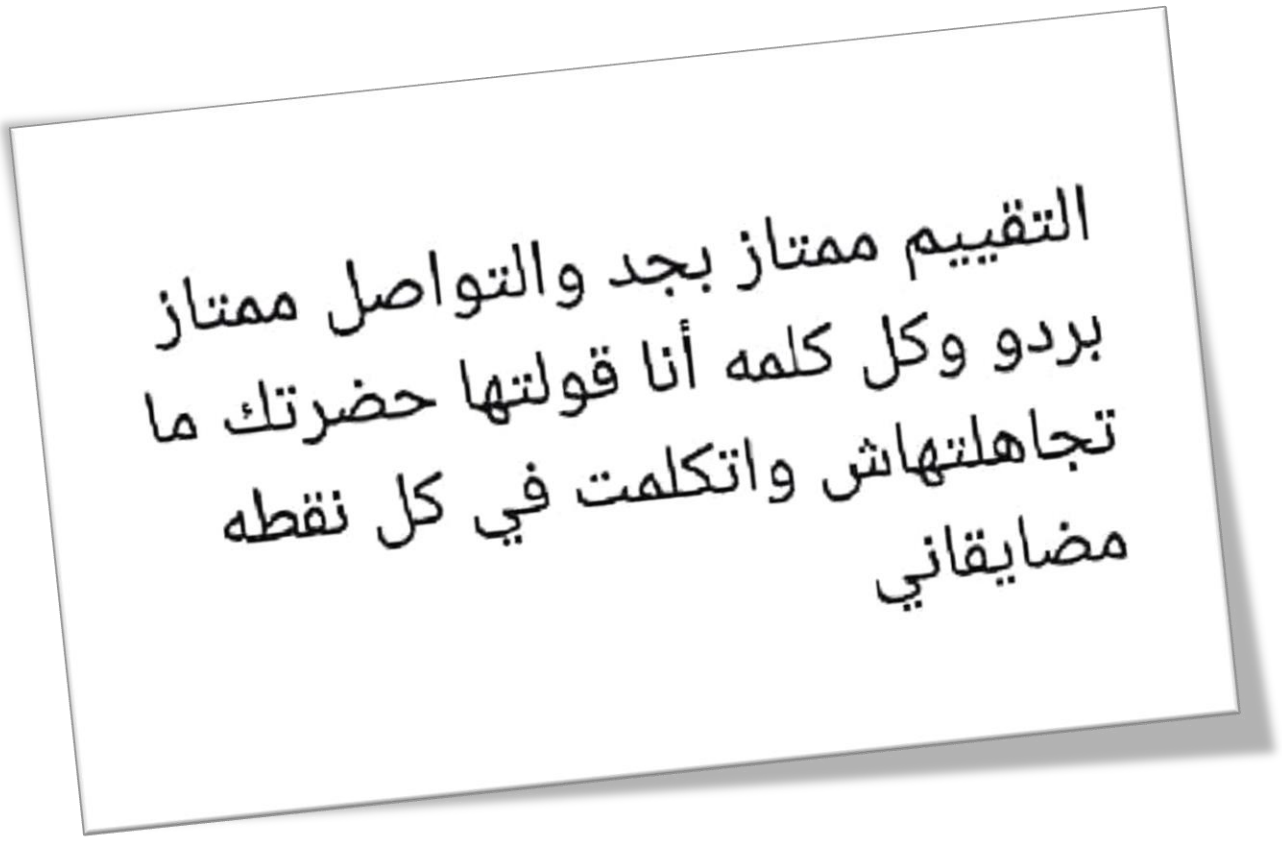

العجائز مفيدة واشقدت
كثير
Rx/


Rx/
المحاضرة كانت مفيدة وحفزتني
و غيرت تفكيري
RANI - F
Famotidine 20 mg / sachet
رانـــي - ف
PHARCO
PHARMACEUTICALS

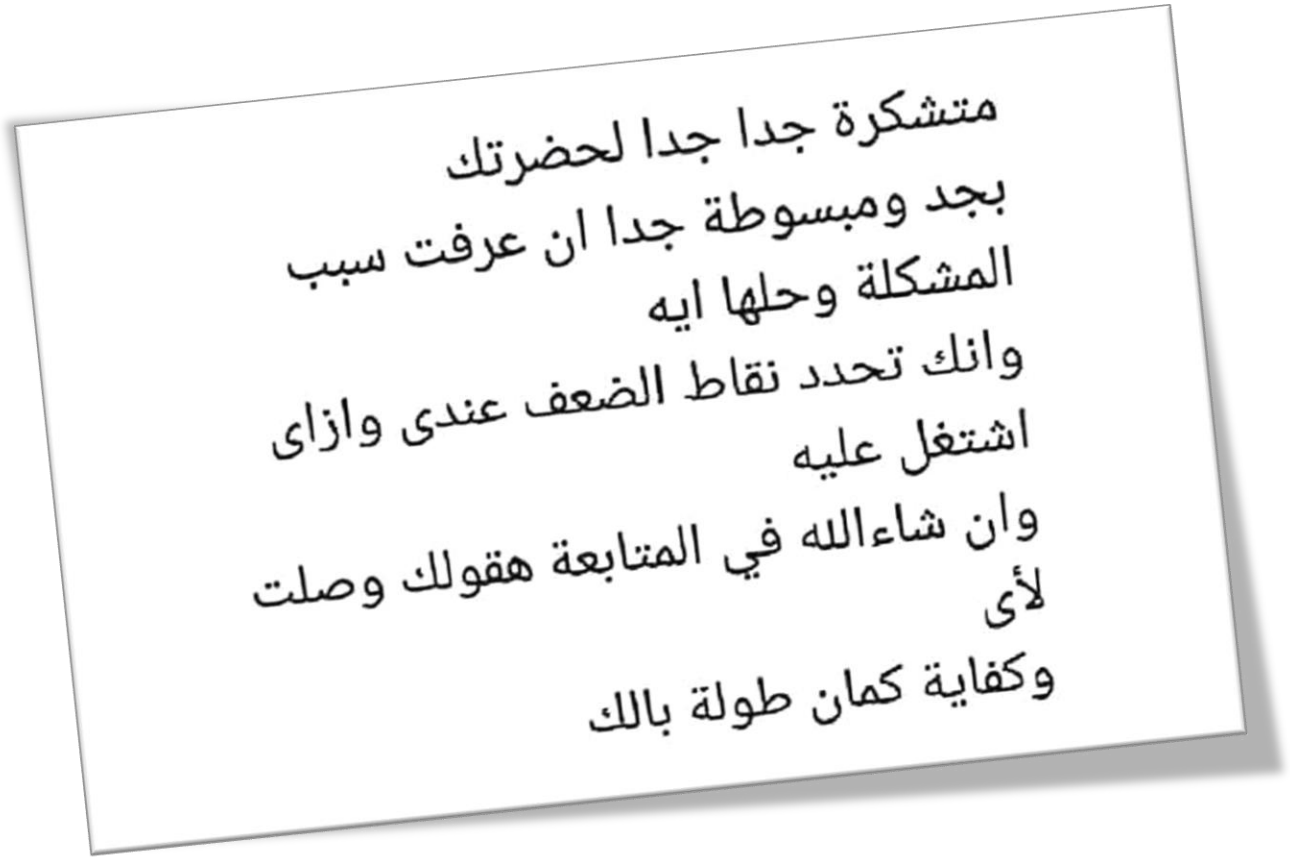

لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاصداف
نورهان
Rx/
الكورس مفيد وممتع وباذن
الله سيكون دائماً ممتع ومفيد
بالشكل دا
RANI-F
Famotidine 20 mg / sachet
رانـــى-ف
فاموتيدين ٢٠ مجم/كيس ٥ جم
PHARCO
PHARMACEUTICALS
كليه


لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاهداف
والسعي وتحديق الذات


انا بشكر حضرتك جداااا ع الجلسه انك
فعلا سمعتني وتفهمت اللي مدايقني
وكنت متابع معايا ونصحتني ب حاجات
كويسه جداااا وحقيقي بدأت فعلا اغير
من نفسي وان شاء الله ابقى كويسه
بفضل من ربنا وحضرتك


التقييم ممتاز بجد والتواصل ممتاز
بردو وكل كلمه أنا قولتها حضرتك ما
تجاهلتهاش واتكلمت في كل نقطه
مضايقاني

الجلسه كانت كويسه جدا
ووضحت ليا كام حاجه
مدفونه اكتشفتها ، انا
برضه بحاول اشتغل شويه
ع أفكاري بعد الجلسه
والرؤيه وضحت بشكل
أكبر وعرفت أن فيه بعض
الحجات كانت واقعه عندي
شويه واني مكنتش بعرف
اعمل تقدير لذاتي
ومجهوداتي. شكرا جدا
كانت فعاله وأدت معايا
.


متشكرة جدا جدا لحضرتك
بجد ومبسوطة جدا ان عرفت سبب
المشكلة وحلها ايه
وانك تحدد نقاط الضعف عندى وازاى
اشتغل عليه
وان شاءالله في المتابعة هقولك وصلت
لأى
وكفاية كمان طولة بالك

Thank you